

مصطفى محمود

الناخبين

أشرو في الحبر والعقل وطريقة ابطاله

التمن قرشات

مصطفى محمد

التأخير

أمره في جسم العقل وطريقه ابطاله

التمن قرشاة

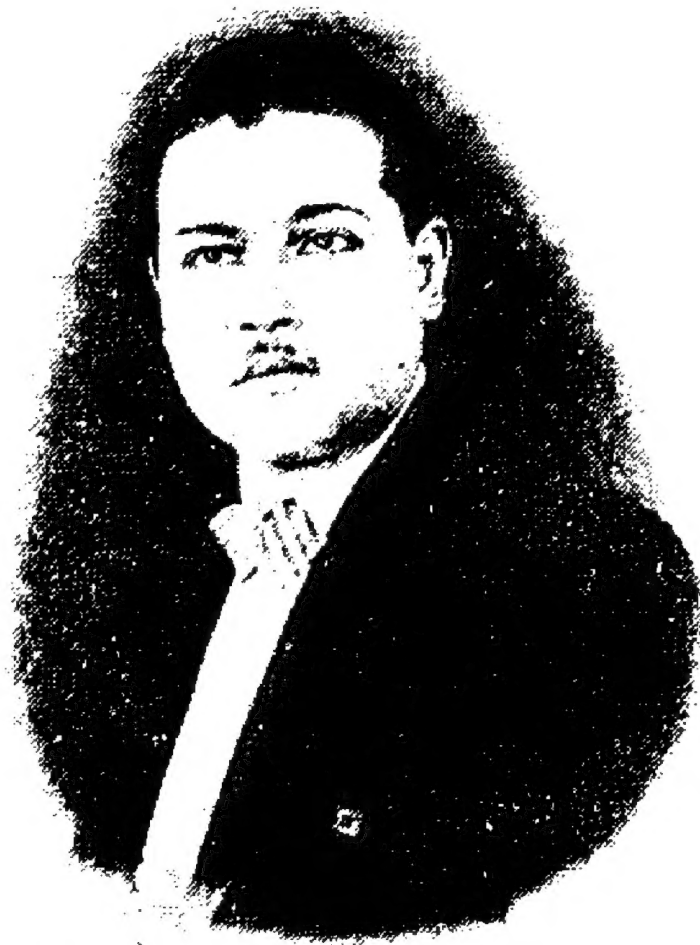


الملاك العظيم الموفق

مولاي ..

انه بسيط. ومتواضع. ولكن حسي
انه رمز ولاء وإخلاص ، يرفعه الى
جلالة الجالس على عرش الفراشة والعرب
..... العبد الخادم المطيع

مصطفى محرم



المؤلف

دار التعارف والنشر

رقم ٢٩ شارع مجلس النواب بالقاهرة

اول مؤسسة من نوعها في الشرق تعمل على نشر الثقافة العربية
وتقوم بكل الخدمات المتصلة بالصحف وقرائها ومشتريها ومعلميها

الخدمات التي تقوم بها الدار

الترجمة والتحرير

هذا القسم يمول الصحف بالتحرير والترجمة في مختلف النواحي نظير
١٠ قروش عن كل ألف كلمة. ويقوم بالعمل فيه كتاب من خيرة أدباء
مصر المحدثين .

الدعاية والاعلان

هذا القسم يقوم بالاتفاق مع المعلنين على نشر الاعلانات باجور مناسبة ،
كل صحيفة بحسب تعريفها الخاصة، فيخدم الطرفين بكل اخلاص .
ويعمل على تفقته تصميمات فنية للاعلانات. ويقوم بالعمل فيه مندوبون
أمناء ورسامون وخطاطون من المشهورين .
وأهم ما في هذا القسم ان الدار مسؤولة عن سداد أجور الاعلانات
مهما كانت الاحوال .

قسم الرسم والتصوير

هذا القسم يقوم بتقديم صور فوتوغرافية و كاريكاتورية للصحف
والكتب وقرائها حسب الطلب . كصور الحوادث وصور العظماء ومشاهد

القصص والروايات ممثلة أحسن تمثيل، وتكبير وتصغير وتلوين الصور بكافة أنواعها، وطبع وتحميض الأفلام بكل دقة وسرعة يستلزمها العمل الصحفي.

قسم التوكيلات

هذا القسم يخدم أصحاب الصحف في مصر وسائر الأقاليم فيقوم بالوكالة عنهم في كل ما يتعلق بصحفهم، كتحصيل اشتراكات أو أجور إعلانات أو موافقاتهم بالإخبار والحوادث الهامة ومباشرة كل أعمالهم. وللصحف التي تشترك في هذا القسم الحق في اتخاذ عنوان الدار عنواناً لها في القاهرة.

قسم النوزيع والتصدير

هذا القسم يقوم بتوزيع الصحف على مشتركيها نظير مايم واحد عن كل نسخة، وهؤلاء الصحف اليومية بصفة خاصة لأنه يقوم بتسليم الجرائد عقب صدورها مباشرة، والدار مسئولة عن كل نسخة لا تسلم في موعدها. كذلك تسليم الفواتير والإفادات وأعداد إدارات المطبوعات كل ذلك بموجب سرائر خاصة. وكذلك التصديق على الإعلانات القضائية. نظير مايم واحد عن كل نسخة. أو فاتورة. أو إفادة.

قسم الخدمة العامة

يخدم هذا القسم حضرات أصحاب الصحف والقراء على السواء في النواحي الآتية:

- ١— عمل الكشيكات والاختام واللفظ للجميع بأجور مناسبة جداً.
- ٢— فتح الدفاتر وتنظيم الحسابات بحسب تعليمات مصلحة الضرائب، وأصول فن الحساب الحديث. وفي هذا القسم يمر من قبل الدار مزدوبون أكفاء من حملة الشهادات التجارية على المشترك فيدرجون له كل حساباته نظير أجر مناسب يتفق عليه.

- ٣— يقدم هذا القسم لقراء الصحف اشتراكات شهرية أو سنوية عن

جميع الصحف والمجلات بالاجور الآتية :—

| | | |
|----------------------------|---------------------|------------|
| أى صحيفة من الصحف اليومية | اشتراكها السنوى ١٢٥ | والشهرى ١٥ |
| » » اسبوعية ثمنها ١٠ مليات | » » ٤٠ » ٤ | |
| » » » ٥ » » | » » ٢٥ » ٢ | |
| » » شهرية ٥٠ مليا | » » ٥٠ » ٥ | |
| » » » ٢٠ » » | » » ٢٠ » ٢ | |

وهذا القسم يهدى لكل مشترك عن سنة فى أى صحيفة جميع ما يصدر من مطبوعات دار التعاون الصحفي خلال مدة اشتراكه. مع ملاحظة اننا نصدر كل شهر تقريرا كتابيا قويا.

كما ان هناك ميزة كبيرة لمشاركى هذا القسم فمن حق كل مشترك فيه ان يستبدل اشتراكه عن صحيفة بصحيفة غيرها وهذه ميزة لا يستهان بها، اذ كثيرا ما يشترك القارىء فى صحيفة ثم يحدث ان تغير هذه الصحيفة نظامها او مبدعها فلا تعود تعجبه ويزهد فى قراءتها. فلا يكون عليه فى هذه الحالة الا ان يخطرنا بجواب انه يريد استبدال بقية اشتراكه فى الصحيفة التى تعجبه. — طبع الصحف وكتب المؤلفين والادباء لحسابهم او لحساب الدار بأجور مناسبة. وكذلك القيام بتصريف الكتب المطبوعة التى لا يعرف أصحابها طرق توزيعها ونشرها.

الى حضرات المؤلفين

الذين طبعوا كتبهم وعندهم كميات مخزونة منها يريدون
تصريفها. خابروا دار التعاون الصحفي

٢٨ شارع مجلس النواب بالقاهرة

مقدمة

اقرأ هذا الكتاب فصلا فصلا . و كلمة كلمة . بتأمل وهوادة
وفي مكان ساكن هاديء . وإذا خيل لك أن تكفى بتصفحه
أو قراءة بعض فصوله . فلا تطعم في اتقاذ نفسك من شر التدخين
ولا ترجع علينا باللائمة لان كتابنا لم ينفعك

بسم الله وبقوته ادفع بهذا الكتاب الرقيق وسط تلك القوى الزاخرة
التي تغذيها شركات الدخان بالجهد والمال . وأنا على يقين أن جهدي على
ضآلته سوف يصمد — بعونه تعالى — أمام جهودهم المتكاثرة . وقروشي
القليلة سوف ترجح على آلاف الجزيئات التي تنفق في سبيل الدعاية للتدخين .
لقد حذرني الكثيرون أن لا أقدم على الدعاية ضد الدخان بحجة
اننى وطدت مستقبلى على العمل فى الصحافة والنشر ، ولو ان المتاع الزائف
كان يغني عن متعة الحق ، وبهجة العقيدة ، لقدر لهذا الكلام ان يشينى
عن طريقى ، ولكن هيات أن تأخذني فى الحق رهبة ، أو تشينى عن
سبيله رغبة .

أما أن يضطهدنى تجار التبغ ، أو يهددوني كما فعل بعضهم بالقتل ، فلا
أحب ولا أذكرى للعقيدة من الاضطهاد ، وأما ان يحاربوني فى رزقى فان
الكفاف فى هذه الحياة يكفينى . بيد أن كل ما تختلج فى نفسى من
أمانى هو أن يقوم كل قارئ لهذا الكتاب بنصيبه فى الدعوة الى محاربة
هذا المنكر . ولا يكفى بأن ينقذ نفسه من شره بل يذكر أن للانسانية
على أبنائها حقوقا ، وأنه مادام يتمتع بصفة الادمية ، فعليه أن يسعى
لتطهيرها من هذا الوبال .

ولئن كنت قد ذكرت أن الحرب المزمع اعلانها علينا قد بان غبارها
ووجدت طلائعها منذ بدأت أنشر فصولا من هذا الكتاب في بعض الصحف
فانه لا يفوتني كذلك ذكر عطف الانصار . وطلائع المشجعين . وأبدأ
بذكر الصحافة التزيهة التي تضرب لهذا البلد المثل العليا في التضحية برفضها
الاعلان عن التبغ ومنتجاته ، مع كثرة الربح الذي يدره هذا النوع من
الاعلانات . وأذكر من هذه الصحف بترتيب أقدميتها: المقطم والمقتطف
الرياضة البدنية . بابا صادق . مصر الفتاة .

وعلى ذكر مصر الفتاة ، أقول أنه من دواعي فخر هذا الوطن
العريق ، أن يكون فيه حزب يعرف قيمة الدعوة الصحية والاخلاقية ،
قبل السياسية ، في تقدم الشعب ورفعته . فلقد أردت أن أعرف رأي الحزب
في التدخين ، فحدثت الاستاذ محمد صبيح رئيس تحرير مصر الفتاة في ذلك
فذكر لي أن أعضاء الحزب قد اصططحوا فيما بينهم على عدم التدخين
ولو أنهم لم يجاهرُوا بهذه الدعوة بعد .

واني وان كنت أقدر المشاكل التي يروح تحتها هذا الحزب من
جرائم دعواته الجريئة . الا أنني أطمع في نبالة المضطلعين بالامر فيه .
أن لا تتأخر هذه الدعوة أكثر من ذلك .

أما الاصدقاء الذين شجعوني وآزروني ، فموجودهم في غير هذا المكان
اذ من حقهم على أن يعمل لنفاذ الفكرة التي اقترحها بمضهم بالدعوة الى
انشاء جمعية لمحاربة التدخين . فعسى أن يتنازل كل من تروقه هذه
الفكرة من قراء هذا الكتاب بالكتابة الى . حتى اذا خرجت الى حيز
العمل . انضم اليها . وكان عضوا عاملا معنا .

مصطفى محرم

التدخين

من وجهة نظر الدين الاسلامي

التدخين عادة مستهجنة كانت محرمة في كثير من البلاد الاوروبية وهي محرمة الآن في بلاد الحجاز لأن المملكة السعودية تسير في شريعها مع قواعد الدين الحنيف .

ولكن الظاهر أن ذبوع تلك العادة المقيتة جعل الناس يتصورون أن الدين لا يستنكرها. والواقع أن المنكر إذا استمر انقلب معروفاً وتبدلت وحشة الناس منه بالاستئناس به وتلك — للأسف الشديد — غلطة رجال الدين في كثير من نواحي العالم الاسلامي .

إن اباحة التدخين ليست مسألة اجماعية كما يتوهم معظم الناس فقد صرح بحرمة التدخين من فقهاء المسلمين الشيخ الحصيفي محمد علاء الدين الحنفي وشيخه العماوي وشيخه النجم الغري الشافعي والعلامة الطحطاوي والباجوري واسماعيل النابلسي الحنفي والمحقق البجيرمي والشهاب القليوبي والسيد عبد العزيز الدباغ والشيخ أحمد الفنيمي الحلبي الذي وضع رسالة في تحريم التدخين .

كذلك أفتى بالتحريم من الشيعة الشيخ محمد بن الحسن العاملي والمولى خليل الغازي القزويني والشيخ نحر الدين الطريحي النجفي مؤلف (مجمع البحرين) والشيخ زين الدين علي بن سليمان البحراني والمولى علي فقي الشيرازي والسيد علي بن الحسن بن شذقم والشيخ داود بن الحسن الجزائري والمولى عبد الله بن الحسين والسبزواري والشيخ يوسف البحراني .

علمائنا المعاصرون

ولئن قل في عصرنا المصrchون بفتوى التحريم لطفيان الحياة المادية

على الناحية الروحية فضلا عن وقوع كثيرين من العلماء في شرك هذه العادة
فانتا—ولله الحمد—لم نعدم علماء أجلاء يحمون دمار الدين . ويقولون
الحق اينما كانوا لا يخافون في الله لومة لائم .

فقد كتب فضيلة الاستاذ الجليل الشيخ عبدالرحمن خليفة في هذا الموضوع
فقال : الدخان حرام استعماله لضرره ضررا يباحق بالصحة والمال، ولكونه
من جنس ما يحدث تخديرا في الاعصاب فهو مشبه للافيون والحشيش في
جنسهما ونوعهما بدليل أنه في أول شربه يذبه الاعصاب ، ثم بعد فترة
من الزمن يحصل رد فعل فتقلب هذه الحالة الى ضدها ويستسلم شاربها في
النهاية لخدر اعصابه وفتورها، فهو مشارك لاولية الخمر في نشوتها ، وقد
فسر التفتير والتخدير باسترخاء الاطراف وصيرورتها الى الوهن والانكسار،
وذلك من مبادئ النشوة التي لا يخلو منها المسكر والمخدر، وهذا معلوم
بالتجربة عند المدخنين، وبخاصة البادىء في التدخين قبل ان ينسيه تمكن
العادة ما يحدثه التدخين في اعصاب المخ من أثر يشبه الدوار، وهذا ما يحدث
لمتعاطي النرجيلة ذات اللى أو اليراعة (الغابة) في أول تعاطيه لها من نشوة
أو دوار شديد أو اغماء أو قيء، فاذا اعتادها لم يتأثر بها بعد طول الزمن
كما هو الشأن في السكر ، فانه بعد الادمان الطويل لا يتأثر بالخمر ، واذا
ثبت ان الدخان من المفتر، فدليل حرمة من الشرع ما ثبت في سنن ابى داود،
ومسند الامام احمد عن أم سلمة قالت :

«نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن كل مسكر ومفتر» وهو حديث
يحتج به . وقد نبه السيوطى على صحته، واستدل به ابن حجر على حرمة
المفتر الذى لم يكن شرابا ولا مسكرا، وذلك كالدخان والتبأك وجوزة الطيب،
فهذه كلها محرمة عملا بهذا الحديث لما هو ملازم لها من التخدير والتفتير.
وكثير من العلماء اثبت انه خبيث منتن تصحبه النجاسة فهو لهذه
الاسباب المحرمة كلها حرام، وان من أشد العلماء تحريما للدخان وتنفيرا منه

في كتبه المغفور له امام اهل السنة في عصره الشيخ محمود خطاب رحمه الله
وقد حكم في غير موضع بنجث الدخان وخالطه. من ذلك قوله في الرسالة
البديعة الرفيعة (ص ٥٦) فقد اخبرني ثقات التجار والفقهاء والصلحاء
والصوفية والعلماء الذين طافوا في الاقطار وركبوا البحار وخاضوا في
الاسفار ان منه ما يجلب من بلاد النمصارى والروم ، ومنه ما يجلب من
بلاد السودان وبعض ارض المغرب ، ومنه ما يزرع في بلاد الاسلام ، وما
يجلب من بلاد النمصارى منه ما هو مطبق ومسقي بنحمر ومعجون بها وذكر
لي صدوق أن كبير أمن كبار الانجليز احضر له اثناء فيه شيء منه ، وقال
له : انه احسن نوع من الدخان واكمله لانه مرشوش بشحم خنزير
مطبوخ بأنواع من العقاقير سماها لي ونسيتها...) الخ
والموضوع واسع متشعب الاطراف ، وقد كتب فيه العلماء قديما
وحديثا ، واجتزى بهذا القدر الآن ، والله اعلم بالصواب واليه المرجع
والمآب .

الاستاذ

عبد القوي عبد الحليم الشنقيطي

المجتهد الشري

اتخذ مكتبا له بالقاهرة بالدار رقم ٢٩

شارع مجلس النواب

التدخين

أصله ونشأته واستعماله

يقال ان كلمة (التبغ) مشتقة من كلمة (تباغو) وتباغو اسم جزيرة من جزر انтил في المكسيك في أمير كالشمالية.

وقد جاء بهذا النبات من الدنيا الجديدة بعض علماء النبات من الغربيين عام ١٤٣٥ عند سياحتهم في المحيط الهندي بغية استكشاف النباتات الغريبة . والتبغ نبات من الفصيلة الباذنجانية يتركب من عدة مواد منها : النيكوتين والبوتاس وأملح البريدين والنيكوتيانين والكوليدين وغاز اوكسيد الكربون . وهذه المواد كلها سامة خطيرة وأشدها فتكا بالجسم النيكوتين وهو الجزء الهام في التبغ . وهو عبارة عن سائل زيتي شفاف لالون له ، طعمه حريف لذاع . ورائحته كريهة تشبه الى حد كبير رائحة التبغ ذاته . ورغم احتواء التبغ على هذه المادة الخطيرة التي تفعل فعلها المميت في الجسم والعقل ، ورغم تأثيرها الواضح في تبلد حواس الانسان واجتلاعها شطر غير يسير من دخل معظم المدخنين . ورغم سائر الويلات التي تنتج عن ادمان التبغ . فقد شاع استعمال هذا المخدر شيوعا يدعو الى الدهشة والحسرة والتأمل . .

فلقد كان التدخين في مبدئه عادة حقيرة يذبذبا جمهور الناس . حتي أن الملوك والسلاطين الذين بدأت تعرف في عهودهم كالسلطان مراد الرابع والشاه عباس الصفوي ملك ايران وباك الملك انجلترا وغيرهم من الملوك المعاصرين منمووا شربه وعطلوا أسواقه وحاربوا تجارته ، لذلك اقتصر في مبدئه على طبقات حقيرة منبوذة مثله كمثل الهيروين والمكيفات في مصر الآن . بيد أن عادة التدخين سررت من السفله الى الاجلاء فارتفع عنها الحجر

العرفي والمنع الدولي، واضطرد استعمال التبغ فسرى الى كثير من الطبقات،
حتى الى بعض الاطباء ورجال الدين . واهل الصحافة والرأى .
ومما يجدر ذكره أن اول من جعل من الدخان مورد ارادات
لخزانة الحكومة هو جاك الاول ملك إنجلترا . ومن الغريب انه كان من
الاعداء التدخين . وكان يصف رائحة الدخان بأنها تشبه رائحة الجحيم
فعمد ، لكي يمنع انتشاره في البلاد ، الى فرض ضريبة باهظة على هذا
النوع من المحصول ، فوجد بعد حين أن التدابير التي اتخذها بفرض هذه
الضريبة لم تستطع أن تحول دون استهلاك الدخان في انحاء بلاده . بينما
اخذت الاموال في الوقت نفسه تتدفق الى خزانة الدولة .

وسرعان ما ذاع المثل الذي ضربه الملك جاك الاول لمحاربة الدخان
في مختلف بلدان العالم . وتمحلت المسألة من محاربة التبغ الى اعتباره مصدر
اراد للدول . ثم تدرج الامر على مدى الايام وأخذ التدخين ينتشر
وتروج تجارته .

وقد كان الدوق مانتو جورجوزا أول من قرر تعهد صناعة الدخان
واحتكاره . ثم اتبع هذا النظام اثر ذلك في جمهورية فنسيا .
وعلى ذلك يكون تاريخ النظامين في انتاج الدخان سواء كان الاحتكار
أو الضريبة ، يرجع الى ما يزيد عن ثلاثمائة سنة .

ومعظم الدول قد ادخلت نظام الاحتكار فيها . فهو معمول به الآن
في ايطاليا ويوغوسلافيا وهنغاريا وبولندا ودانيزج والسويد وايرلندا
وفرنسا ورومانيا والبرتغال وتونس ومراکش . كما ادخلته أيضا
بعض المستعمرات الاوروبية في افريقيا ، مثل لوبيا والحبشة ومدغشقر
ويوجد أيضا في ايران واليابان وسوريا من الدول الاسيوية ، وفي بيرو
والاكتوار في الجمهوريات الاميركية .

والقارة الوحيدة في العالم التي لم تدخل نظام احتكار الدخان في بلادها
هي استراليا .
استعماله

للمدخين أساليب عديدة في استعمال التبغ فمنهم من يدخنه على هيئة سيجار
أو سيجار . ومنهم من يدخنه في (غليون) وبعضهم يلوكه أو يستنشقه
بعد اضافة جانب من النطرون أو النوشادر اليه ومنهم من يضعه في عسل
بطريقة خاصة ليزيد في تأثيره ثم يدخنه في نرجيله (شيشة) أو جوزة
وهو ما يسمى بالدخان المعسل . وما من طريقة من هذه الطرق أو سواها
مما لا أحيط به علما الا وثبت ضررها — وان تباين مقدار الضرر في كل
منها — ثبوتا لا يقبل الجدل .

وأكثر هذه الطرق شيوعا هو تدخين التبغ رغم أنه أضرها جميعا .
لأنه في حالة الاستنشاق أو المضغ يمتص الجسم من الغشاء المخاطي من
الفم أو الانف مادة النيكوتين أو بعض مركباتها فقط ، ولكن في حالة
التدخين نجد أن عملية الاحتراق التي تتم تؤدي الى تولد أنواع كثيرة
من الغازات منها السام مثل أول او كسيد الكربون . مما يتسبب في كثير
من الاعراض التي تصيب المدخن .

ولعل اول طريقة عرفت لاستعمال التبغ هي طريقة تنشقه . ومن طريف
ما روى في هذا الصدد ان الملكة كاترين دي مدسيس كانت اول من
استعمل التبغ كمنشوق فقد كانت مصابة بصداع مزمن ووجدت في أول
الامر مخففا لآلامها في هذا المخدر ولكنه — ككل مخدر آخر — سرعان ما فقد
تأثيره فاضطرت الملكة ان تلجأ للمزيد منه وهكذا حتى جاء اليوم الذي
لم تنفعها أكبر كمية منه بل وجدت نفسها أمام مرضين مرض الصداع
ومرض المخدر . وبذلك كانت عند حد قول الشاعر :
وكأس شربت على لذة * وأخرى تداويت منها بها

والتخدير الذي يحدثه التبغ في الاعصاب أشبه بذلك الذي يحدثه
الافيون والحشيش . فهو في اول تدخينه يذبه الاعصاب ثم يعقب هذا
التذبه رد فعل فيحدث الوهن والفتور بل والدوار . والمبتدىء في التدخين
يلمس هذه الحالة تماما ولكنه اذا ما توغل في التدخين أنسته العادة ما
يحدثه هذا المخدر في أعصاب المخ من فتور وتراخ وتبلد في الجسم والعقل .
ولعل ما يحدثه التبغ من خمود ذهني هو أول الاسباب التي أثارت
حقده بعض العباقر من المخترعين ورجال الاعمال على التدخين ومناصبته
العداء . وكلنا يذكر كلمة شيخ المخترعين (اديسون) التي يقول فيها :
« اننى اؤثر ان ارى مع اى انسان مسدسا يسدده الى قف من ان ارى
لغافة تبغ بين اصابعه »

ويقول هنرى فورد في هذا الصدد : « ان العالم ليس فى حاجة الى
الرجال الذين ضعف عقولهم ووهنت عزائمهم ، بل نحن فى حاجة الى
الرجال الذين تحررت عقولهم من عقال العادات الرذيلة . فيجب على كل
شاب ان يقبل على الحياة بكل ما فى الشباب من نضارة وقوة وعزم
ونشاط وطهارة . وحذار ان يستقبل الحياة وهو مخفوف بسحب من
الدخان الخانق المتصاعد من تلك السيجارة الذميمة »

والقوانين المصرية تحرم زراعة الدخان . ومن هنا كان سر ارتفاع
اتمانه لفداحة الضريبة الجركية عليه . ومن هنا ايضا كان الغش الذي
تلقا اليه بعض شركات الدخان بادخال عناصر غريبة الى صناعته وخلطه
بالقش والحصر القديمة واشياء اخرى يعرفها الغشاشون مما يزيد فى مضار
التدخين ويعرض المدخن لشر الامراض .

ولسنا نتجنى على هذه الصناعة البغيضة بذكر ذلك الغش . فنحن لم
نلم بهذه الطرق الا بعد أن كشفت عنها الحوادث فى احدي السنوات
الماضية ، حيث ضبطت شركة من شركات الدخان كانت ترسل من

يبتاع لها الحصر القديمة التي كانت تستغنى عنها وزارة الاوقاف من مخلفات
المساجد وتعرضها للبيع في مزادات علنية . أجل . . . ضبقت كميات
هائلة من هذه الحصر في مخازن احدى الشركات . وتحليل السجائر التي
تنتجها هذه الشركة . وجدت انها تحوى كمية كبيرة منها . ويومها لعب
المال دوره في كم الافواه عن اذاعة تلك الانباء .
من هذا الحادث نرى مبلغ استهتار هذه الشركات بصحة الجمهور .
حتى أنها لتضمن حتي بالقش الجديد لخلطه بدخانها فتلجأ الى مخلفات المساجد .
فتأمل . . .

اخو انكم في الوطن
يوفرون عليكم مشقة البحث عن المحل الذي تطمئنون اليه
فيرشدونكم الى محلات

النبر اوى

بالموسكى بمصر تليفون ٤٣٦١٣
نوفوتيهات حديثه من أشهر فبارك أوروبا
قسم المفروشات مجهز بجميع لوازم العرايس

بضاعة تتحدى كل بضاعة بيوها

تقدم لكم اكثر مما تأخذ منها

التدخين

واثره في الجسم والعقل

ليست مساويء التدخين من البساطة بالقدر الذي يسمح له بكل هذا الذبوع والانتشار . بل هو في الواقع عادة مستهجنة بشعة ، ولو أن ذبوعها بين الناس رفع الكثير من هذه البشاعة عن الانظار، إلا أن ضرر التبغ أمر متفق عليه بين ثقات الباحثين والاطباء لمنافاته لفطرة الخليفة ولما تحويه بعض عناصره من سم نافع ، حتي لقد قرر أحد الباحثين أن مقدار النيكوتين الموجود في سيجارة واحدة لو استخرج وأكله كلب لهلك، مع أن الكلاب من أقوى الحيوانات تحملاً للسموم .

وانت لو أتيت بقطعة من القماش الأبيض الناصع وفتخت عليها جزءا يسيراً من دخان التبغ لتغير لونها في الحال الى أصفر قاتم، ولو أنك عمدت إلى (غليون) أحد المدخنين وكسرت له لك ما تجمع على جوانبه من قاذورات ولو حدثت لك نفسك بأن تدني تلك القاذورات من أنفك لانتابك دوار من أثر ما ينبعث منها من رائحة نفثة !!

فاذا كان هذا هو أثر الدخان في الاجسام غير الحساسة فما ظنك بأثره في أنسجة الانسان الحيوية كالنسيج الرئوي مثلاً ؟ ! إن الحيوان نفسه يهرب ويفزع إذا وصل إلى مجارى تنفسه جزء بسيط من الدخان فكيف بالانسان الذي هو أشف طبعاً وأقل احتمالاً من الحيوان .

القلب والرئتان والمعدة :

قال الدكتور شمیل : (يؤثر دخان التبغ للمدخنين في ثلاثة أعضاء رئيسية وهي القلب والرئتان والمعدة . وهذه الأعضاء الثلاثة يحميها عصب واحد هو العصب الرئوي المعدي . الخ)

والواقع أن علل القلب تجد مرعاها الخصب بين المدخنين ، إذ أن التدخين يقلل من مقاومة الانسان لمرض السل ويشوش ضربات القلب وقد قرر بعض الاطباء أن ربع المدخنين مصابون بالخفقان وعدم انتظام النبض .

ولما كان تأثير الدخان على الرئتين مباشرا فان آلام الصدر وضيق التنفس والتهاب الحلقوم والسعال الجاف والربو والاستعداد للسل .. كلها أعراض مشاهدة في المدخنين ، ولو انك راقبت مدخنا في الصباح عقب الاستيقاظ من النوم لتجلى لك مدى أثر التبغ المنهك من كثرة ما يبذله المدخن من وقت وجهده في الخلاص من البلغم والمواد الكريهة المتغلغلة في رئتيه وأجهزته التنفسية .

أما أثر التدخين في المعدة فليس أدل عليه من سوء الهضم عند المدخن وعدم قابليته للاكل . واحصل ذلك ناتج من زيادة افراز اللعاب ، وقلة افراز العصارة المعدية واضعاف فعل المعدة نفسها . يقول السير باركلي مونيهان الطبيب الانجليزى المشهور :

«للتدخين أكبر أثر في احداث قروح المعدة فهو يؤثر في غدد المعدة تأثيرا بليغا ويزيد افرازها للعصارة التي تحتوى على حامض الهيدروكلوريك .

وتلك الزيادة لا تدعو الى تفرح المعدة فحسب ، بل هى تقف حجرة عثرة في سبيل شفاؤها في حالة الاصابة بها »
التدخين والضعف التناسلي

لا اجد في هذا الصدد اوفى مما كتب المرحوم الدكتور فخرى فرج في كتابه «الضعف التناسلي» حيث جاء فيه :

مما لا شك فيه أن التدخين - أى استعمال التبغ بواسطة حرقه واستنشاق غازاته - مضر بالصحة مؤذ للجسم . وقد بين «أويلنبورج»

و« فوهل » و« فوكر » و« نسولينسكى » و« فريهليش » و« ديكين » وغيرهم وغيرهم تأثير التبغ على الجهاز الهضمى والتنفسى والعصبى والدموى وتأثيره على البصر والسمع وغيرها مما يضيق المقام هنا عن شرحه وتفصيله . ونكتفى بأن نقول أن مباحث أكثرية العلماء بينت أن تأثير التبغ السيئ على الجسم ينتج عن فتك المواد الآتية .

(١) النيكوتين

(٢) أملاح البيريدين

(٣) النيسكوتيانين

(٤) غاز او كسيد الكربون

(٥) الكوليددين

وهذه المواد كلها سامة وأكثرها فتكا بالجسم هما الاول والرابع . ونكتفى هنا بأن نذكر تأثير التدخين على القوى التناسلية .

للتبغ تأثيران على الانسان ، أولهما تأثير على الجسم وثانيهما تأثير على القوى العقلية والنفسية . فتأثيره على الجسم مؤذ نسبيا لجميع أعضاء الجسم وخلاياه . وتأثيره على القوى العقلية والنفسية سيئ في التدخين الكثير ..

إلى أن قال :

أما التدخين الكثير فيضعف الذاكرة بشكل خاص بنسيان بعض الالفاظ المعروفة أو الاسماء المحفوظة أو الوقائع الثابتة في الخيلة . وقد يعمد هذا كله الى التسبب في «الارق» الشديد والصداع المؤلم للحد الذي تقف عنده العقلية عاجزة عن التفكير والنفسية حزينة لحالة صاحبها . فإذا ما تذكرنا كل العوامل السابقة أمكننا أن نرى بسهولة أن التبغ له تأثير سيئ على صحة جسم الانسان وعقله ونفسيته ، فلا بد أن يؤثر أيضا بآثار سيئة على قوى الانسان التناسلية - التي تحتاج لجسم سليم وعقل سليم

وتفسيية سليمة - ولو تأثير غير مباشر . وفي نفس الوقت نعرف أن للتدخين تأثيراً مباشراً يضعف قوى الانسان التناسلية ، فقد ذكر « جاكار » أن احد موظفي فابريقات التبغ التابعة للحكومة الفرنسية اصيب « بالعجز التام عن الجماع » فلما استعفى من وظيفته وانقطع عن التدخين عادت اليه قواه التناسلية ويعتقد كثير من العلماء صحة هذا الرأي ويزيدون عليه أن أكثرية من يشغلون في « فابريقات الدخان » يحصل لهم أنواع مختلفة من الضعف التناسلي ، وكثير منهم - اذا ولدوا أطفالا - يموت أطفالهم في أول أيام حياتهم . وأن النساء المشتغلات بهذه المصانع - اذا تم لهن الحمل - يلدن « قبل الميعاد » أو يحصل لهن « السقط - أي الاجهاض » .

كما اننى لاحظت في حالات كثيرة من حالات الضعف التناسلي التي عالجتها أن السبب الوحيد في هذا الضعف كان التدخين الكثير ، ولما امتنع هؤلاء المرضى عن التدخين عادت لهم قواهم التناسلية باستعمال بعض الادوية المقوية وقليل من العلاجات البسيطة لجهازهم الهضمي أو التناسلي ولا سنانهم في بعض الاحيان .

ودراسة التدخين دراسة واسعة وأخشى أن أسمح لقلمي بالتعمق فيها في مثل هذا الكتاب ولذا أكتفى بأن أختتمها بجملة « جونكور » الشهيرة وهي « توجد عداوة بين المرأة والتدخين ، فمن يحب طرفاً منهما فقد أضاع الطرف الآخر »

الفم والاسنان

يغطي الدخان الاسنان بطبقة صفراء تشوه جمالها ، بل ان هذا الاصفرار يتكاثف في كثير من الاحيان ، خصوصاً اذا كان المدخن مهمل في نظافة اسنانه ، فيكون طبقة سوداء ذات منظر قذر .

والتبغ ذو أثر كبير في احداث المرض الذي يسمونه « تسويس الاسنان » ولما كان التدخين يزيد في افرازات اللعاب في مبدأ الامر ، ثم يحدث

رد الفعل فينقصها، فانه يترتب على ذلك تهيج غشاء الفم المخاطي وخشونته ،
فيحدث التهاب اللثة وجفاف الفم، ويؤدي في احوال كثيرة الى اورام في
الشفة تعرف (بسرطان الشفة) وأكثر ما يصاب بهذا السرطان مدمني التدخين
المصابين بالزهرى.

والتدخين يفسد غالبا حاسة الذوق فتري المدخن لا يشعر بطعم الاكل
كما يجب ، ولذلك يميل الى اكل التوابل والبهارات، مما ينتهي به الى تلف
الشهية للاكل .

وزيادة على تلف الاسنان فان رائحة فم المدخن لا تطاق. وكم من
الزوجات يصارحن ازواجهن باسمزازهن من الرائحة النتنة التي تنبعث من
افواههم. حقيقة ان معظم الزوجات يمتنعن الحياء أو الخوف من التصريح
بذلك، الا أن تأففهن لا يمكن ان يغيب عن بال الزوج الفطين عندما تستقبل
الزوجة قبلاته وهي مكرهة .

السمع والبصر

من المشاهد كثيرا أن المدخن عندما يفرط في التدخين يحس بوجع في
الرأس، ويقب هذا الالم دائما ضعفا او التهاب في الاذنين أو العينين، صحيح انه
في احوال نادرة يسبب التدخين العمى الكلي أو الجزئي ولكنه كثيرا ما يضعف
اعصاب الجهاز السمعي اضعافا تكون نتيجته فقدان السمع الكلي أو الجزئي .
ومن المؤكد ان كثيرا من المدخين يصابون بنوع من ضعف البصر
(الاميلوبيا) وهذا الضعف يزول حالما يبتلون التدخين ثم يعاودهم حالما
يعودون اليه .

وكل من له دراية، ولو طفيفة، بعلم التشريح لا يمكن ان يرى أدنى مبالغة
في تلك النتيجة للصلة الوثيقة بين الاعصاب التي تصل تلك الحواس بعضها ببعض.

العقل

للتدخين آثار وبيلة على عقل الانسان ونفسيته، وحسبنا اثره المموس

في ضعف الذاكرة، وتبلد الذهن، والنفسية الحزينة الكاسفة التي تلازم المدخن وتبعث فيه الميل الى العزلة والاستسلام للهواجس.

ولا يحدد عنك ما يروجه بعض المفرضين من ان التدخين يساعد على التفكير وينشط الذهن، فقد اثبت التجارب ان لاهراء في الدنيا مثل هذا القول...
خرافة التدخين والنبوغ !!

ومن المؤلم حقاً ان يلعب اصبع «المادة» هذا الدور في افساد الضمائر، فنجد بين الناس فئة من المرتزقة يستشهدون بأن بعض النابغين ادمنوا التبغ، ونحن وإن كنا نلتفت بأن بعض النابغين والمشاهير قد شرب الدخان، بيد أننا لا نرى إلا أن ذلك من سوء حظ البشرية. فان العالم كان ولا شك يستفيد من هؤلاء ومن نبوغهم اكثر مما استفاد بكثير لو انهم لم يدمنوا التدخين. ثم مارأي هؤلاء المتبجحين في ان معظم مشاهير العالم وقادته ومفكره لم يدخنوا مطلقاً.

فمن المأثور عن توماس اديسون المخترع العالمي المعروف انه قال «ان دخان التبغ له على مناطق الاعصاب المركزية تأثير عنيف يؤدي الى افساد خلايا المخ، ولذلك فاني لا اسمح لمدخن ان يشتغل في معاملي»
فلوان التدخين كان ينشط عقلاً أو يبعث نبوغاً للجأ اليه مثل اديسون المخترع العظيم الذي هو في اشد حاجة لمثل هذا النشاط الفكري.
وقد أوردنا في هذا الكتاب أمثلة كثيرة وأقوال عديدة من أقوال العظماء والمفكرين وعداوتهم للتدخين.

المعروف أن التدخين يهز الاعصاب ويفلجها، وذلك بسبب تأثير النيكوتين عليها، ولذلك نرى المدخنين على درجة كبيرة من ضعف الاعصاب وبطء الفهم وشرود الذاكرة. فهو من هذه الناحية متلف للذاكرة والقوى العقلية والمخ. فضلاً عن أنه يضعف ارادة مدخنه ويحط من احترامه لذاته، واحترام الذات من أقوى عوامل تقويم الارادة.

العقل السليم في الجسم السليم

ما لا شك فيه ان كل ما يقتل الحيوية ويستنفد القوى المدخرة في الجسم ، لا بد أن يحدث ضروب النقص العقلي والعجز الذهني . ونحن قد أثبتنا مدى تأثير التبغ المخرب على الحيوية والقوة . وتزيد الآن أن التدخين غالباً ما يتسبب في الارق المزمن ، وبالتالي في الصداع الشديد المؤلم للحد الذي يتعطل عنده التفكير وتقف العقلية عاجزة عن العمل .

روي أن أما على فراش الموت دعت ولدها إليها وقالت له : « أريد أن تعدني بالآ تدوق التبغ أو المخدر مادمت حياً » فعاهدها الابن على ذلك ، ووفى بعهده ، وكان ذلك الابن (ابراهام لنكولن) العظيم .

والكتب زاخرة بقصص العظماء وآراء الثقة في التبغ ، ذلك السم النافع وأثره في العقل البشري . بل ان منهم من يعزو الكثير من سوء الخلق والجنون والاجرام الى ادمان التدخين . فيقولون بأنه يحدث الجنون المعروف بالجنون التوتوني ، وهو أن يختل نظام سير الانسان في أعماله حتى يدخن فيسكن ، ثم تعاوده ثورة الفكر بالانقطاع ثانياً . . . وهكذا .

تحذير

فقد من احد موظفي دار التعاون الصحفي دفتر ايصالات مؤقتة (أي بدون نمر مسلسلة) فتحذر دار التعاون حضرات عملائها من هذه الايصالات . والايصالات المعتمدة هي التي لها (نمر مسلسلة) ومعنونه بعنوان الدار الجديدة (٢٩ شارع مجلس النواب بالقاهرة .)

مطلوب موظفين بالمرتبة أو العمولة

العمل الكبير الذي تقوم به دار التعاون الصحفي في مصر والاقاليم يستدعي تعيين موظفين لافتاح عدة فروع في مختلف الجهات . والدار تعطى مرتبات حسنة وعمولة طيبة لموظفيها . فعلى كل من يأنس في نفسه الاستعداد لهذا العمل ان يراجع الصفحات الموجودة في أول هذا الكتاب ليكون عنده الامام الكافي بالعمل ويتخبرنا بعنواننا — ٢٩ شارع مجلس النواب بالقاهرة .

اي نفس...
مفيدة ان هذه النشرة هي السبب
في راحتي ... اوصيك باستعمالها دائماً

**ابوصبانه
تونيس**



المرأة والتدخين

الجمال والدخان ضدان

سيدتي : حافظي على جمالك ونضارتك وشبابك بقراءة هذا الفصل بعناية وتمعن . وضعي نصب عينيك ان الرجل يريد أن يتنسم من تفرك عبير الحب والحياة لارائحة الدخان الكريمة المنتنة

إذا كان التدخين له كل هذا الأثر المفزع في الرجال . فان أثره في المرأة أسوأ وافظع . فمن الثابت ان جهاز المرأة العصبي اضعف بكثير منه عند الرجل ، فهو أدق في تركيبه منه ، وبالتالي فهو أقل مقاومة ، وأكثر قابلية للتأثر بسموم التبغ . وقد صرح بذلك الدكتور كنيغ . فقال : « ان السيدات اللواتي يقعن في شرك التدخين قلما تنجو إحداهن من اضطراب الاعصاب والارق المزمن . فان هذه العادة اشد ضررا للمرأة منها للرجل ، فجهاز المرأة العصبي اضعف من جهازه ومزاجها اشف من مزاجه لذلك كثيرا ماتت شوه بشرتها ويذهب روائها ويشحب لونها . » ولوان النساء اندفعن في تيار هذه العادة فان الصحة العامة ومستقبل الاجيال سوف ينحط الى اقصى درجات الانحطاط »
وفضلا عما يستتبع سوء الصحة الذي يحدثه التبغ من زوال رونق الجمال ونضارة الشباب ، فان للتدخين اثره المباشر على الجمال وبشرة الانسان . وقد قال

البروفسور جوزيف برن مدير أكبر دار للتجميل في أوروبا:
« أن وجوه السيدات المدخنات تبدو عجفاء صامرة وإذا تمكنت منهن هذه
العادة المخيفة فإن بشرتهن تحف وتبدو شاحبة مغبرة فتتجمع الغضون حول زوايا
افواههن ، وتنشق شفاههن ، وتتدلى وتفقد لونها الأحمر القاني. أما عيونهن
فينطفئ بريقها ، وتصغر أهدابها وتتراخي »

ان يد المرأة البضة التي يعجب بها الرجل ، ويحرك منظرها أو ملمسها لواعج
الشوق عنده ، إذا ما تجمعت بين أصابعها المادة الصفراء التي يخلفها الدخان
أصبحت قدرة مشوهة تبعث على الاشتزاز والنفور . وان البشرة الناعمة النظرة
إذا اكتنفها طبقات كثيفة من الدخان ، أصبحت مغبرة أشبه ببشرة عمال
المناجم أو (اسطوانات) الآلات البخارية ، وعربات الفحم.

وان الثغر الطيب العبير ، العذب اللين ، الذي يتضوع الطيب من ثناياه ،
يتقلب الى فوهة عفنة يأنف من رائحتها الحيوان ، قبل الانسان ، إذا عكرت جوه
رائحة التبغ البغيض .

هذا بعض ما يتركه التدخين من أثر في الجمال الذي هو كل ما للمرأة أو اول
عدة لها . ورغم ذلك فالمسألة لا تنتهي عندها الحد بالنسبة للمرأة ، بل هناك
ما هو أخطر وأقسى مما يتعدى المرأة نفسها الى ذريتها ويقضى عليهم وعليها .
ففي شهور الحمل كثيرا ما يؤدي التدخين الى الاجهاض فرائحة الدخان
تقضى في احيان كثيرة على الجنين ، حتي لقد لوحظ ان بعض العاملات في
معامل الدخان كن يجهضن أو يلدن قبل الاوان ، وحتى اذا أتم بعضهن
شهور الحمل فهن لا يلدن الا ذرية سقيمة علية غالبا ماتقضى وهي في المهد ،
أو تعيش عيشة الموتى بين الاحياء .

فالمرأة التي تدخن في شهور الحمل هي امرأة مجرمة في حق ذريتها ووطنها .
فهي تورث هذه الذرية الاسقام وتخلف لبلادها مشوهين أو متعطلين
يعيشون حالة على بلادهم .

يقول الدكتور كورسى : « ان امهات هذه الايام اللواتى يدخن انما
يقامرن بمستقبل اطفالهن ويرصدن دونهم ابواب الحياة والامل »
أما اذا تأصلت عادة التدخين وازمنت عند المرأة فلا شك انها تنتهى
مها الى العقم. (راجع صحيفة ٢٥ من هذا الكتاب فى باب التدخين والضعف
التناسلي)

زوروا المعرض الدولى

لسنة ١٩٣٩

بمحلات

الفـرـنـوـالى

المحلات الوطنية الصميمة

بميدان الملكة فريدة (العتبة الخضراء سابقاً)

لتشاهدوا معروضات أقمشة فصل الصيف التى استحضرها

خصيصاً من أكبر فبارك العالم

أزياء حديثة — ألوان جميلة — أسعار زهيدة

لانسروا زيارة معرض أقمشة فصل الصيف بمحلات

الفـرـنـوـالى

الاولاد والتدخين

أيها الآباء : إن أولادكم هم شمع من ارواحكم ، وقبس من نفوسكم وقطع من اكبادكم ، وهم أغلى امانة استودعكم إياها الوطن وحق الامانة ان تحفظوها وتردوها اليه سليمة من كل عطب . فالواجب يحتم عليكم قراءة هذا الفصل من أجل أولادكم ثم افهامهم مافيه من حقائق رائعة

إذا نظرنا إلى منشأ عادة التدخين من الناحية الفلسفية وقفنا حيارى إزاء تعليلها وارجاعها إلى اصلها فان التدخين متعب في استعماله لاسيما في بدء تعوده ، إذ لا تستسيغه النفس بسهولة ، هذا فضلا عن ضرره وما يستلزمه تعوده من نفود تذهب في الهواء .

إذا عرفنا كل ذلك ، تبادر إلى أذهاننا السؤال التالي : ماهو الباعث علي التدخين إذن ؟؟

وأغلب الاراء عني أن الباعث علي ذلك في أول الامر هو القدوة السيئة وحب التقاليد الإلغمية بين صغار الاولاد !! فان الصبي وهو علي أبواب المراهقة ، تقوم به رغبة شديدة في التشبه بالرجال ، وهو يرى معظم الرجال يدخنون ، بينما يرى الصغار ممنوعين عنه .

فتسوق نفسه الى ما ينتقل به من مصاف الغلمان إلى مرتبة الرجال .
وينظر حوله فلا يرى نفسه مهما فعل يبالي أجسامهم أوله مثل لحاهم أو
شواربهم بينما يسهل عليه أن يضع بين أصابعه السيجارة ولو خلسة
من والديه ، فيقدم على ذلك غير مقدر الهوة الذي يتردى فيها بفعله . إذ
أن وطأة التدخين على الصغار شديدة قاسية لاسيما وهم في مستهل نضوجهم
الجسماني والعقلي والنفسي .

فمن الثابت أن التدخين يعطل النمو الطبيعي للجسم والعقل ، وقد
كتب في ذلك الطبيب الاميركي المشهور الدكتور تشارلس براون فقال :
من المسلم به أن الصبي الذي لم يكتمل نموه اذا اعتاد التدخين ولو
باعتدال وحذر ، يتمطل نموه وتصيبه اضطرابات عصبية وضعف في القلب
ويضطرد ضرر التبغ المنهك على مر الايام ، وعلى طول التآدي في هذه
العادة .

ان أعضاء الصبي التي لم يكتمل نموها لا تحتل باى حال وطأة السموم
التي تتخلف من التبغ ، ولذلك كثيراً ما تلفظ هذه السموم على شكل قيء أو
سوائل تفرزها الأنف أو العين .

يقول رجال الاعمال : ان التدخين يقعد الفتى عن اتمام واجباته ، فلا
يرجى شغفه في أى ناحية من نواحي الحياة ، فالصبي المدخن يكون دائماً
زاهداً في العمل . غير قادر على الاضطلاع به . لاسيما والغلمان دائماً يبدأون
بتدخين اللقاقات (السجاير) التي هي أضر أنواع التدخين ، وذلك
لسهولة الحصول عليها .

اني طالما تلقيت رسائل مبكية من آباء يتحسرون لاعتیاد أولادهم التدخين
واني أسرد هنا واحداً منها يبين فيه مدى ما يعمل في نقص كاتبتها من ألم
وتوجع على حالة ولده قال :

« كان ولدى صبياً نابهاً ذكياً نشيطاً مجداً في دروسه قبل اعتياده
التدخين ، ولكن هذا الذكاء والنشاط قد خبا وحل محله المعجز التام عن

فهم علومه ، واستذكار دروسه . ولقد انحطت نفسيته فهو لا يستحي أن يظهر بأقذر المظاهر ، وأخرق الثياب ، وقد ماتت فيه عذوبة الروح اذ كان شديد الولع بالموسيقى ، متقدما فيها فأصبح راغبا عنها وعن كل ما يسمو بالنفس من فنون جميلة .

« واملِك يا سيدى تلتمس لي العذر لازعاجك بقصة هذا الغلام اذ هو وحيدى الذي أعقد عليه لواء آمالى . وأنا اطمع في عطفكم ودميتكم لخلاص وحيدى من وبال هذه العادة المهلكة قبل أن يستفحل شرها أكثر من ذلك »

والواقع أن ذلك الاب الحزين محق فيما قال لاسما عن انحطاط نفسية ولده، ويعزز قوله عن هذا الانحطاط ما تقرره محاكم الاحداث في أحكامها كل يوم من أن الاولاد المجرمين جلهم من الذين تعودوا التدخين في باكورة أعمارهم .

وقد صرح مرة أحد قضاة محكمة الاحداث في ديترويت بأن « كل من يتتبع خطوات الغلمان المدخنين يتبين له بجلاء مدى بطش تلك العادة وقسوتها على نفسية الصغار فهي تهوى بمستواهم الاخلاقي الى أحسط دركات الانحطاط . ولذلك فمحاكم الاحداث لا يكاد يمثل أمامها صبي لا يدخن . ورجال التربية والتعليم يقررون مثل ذلك بالنسبة للطلبة الذين يدخنون ولقد قامت احدى الكليات بمقارنة بين تلاميذها الذين يرسبون دائما في الامتحانات النهائية فوجد أن ٨٦ في المائة من هؤلاء التلاميذ من الذين وقعوا في شرك التدخين .

وان المربين يلاحظون بعد ذلك أن مستوى الصحة ينحط بشكل فظيع بين الطلبة المدخنين ، حتى لقد تتبعته كلية درتموث خطوات طلابها وقامت باحصائية عنها عام ١٨٦٨ فأخذت بيانا بأسماء الطلبة الذين كانوا يدخنون ابان الدراسة ، وتتبع خطواتهم لمدة خمسين عاما ثم خرجت بالنتيجة الآتية عام ١٩١٨

بالنسبة للمدخنين:

كان متوسط عمر الذين ماتوا منهم في خلال هذه المدة هو ٤٩ سنة و ٩ شهور .

بالنسبة لغير المدخنين :

كان متوسط اعمارهم هو ٥٩ سنة و ٤ شهور . اي بزيادة ١٠ سنوات تقريبا عن المدخنين .

ثم ان هذه الكلية واصلت احصائياتها لخريجيها لمدة ستة اعوام متتالية فجاءت كل النتائج مؤيدة للنتيجة السالفة .

و معنى هذا ان التدخين في باكر العمر لا يعنى غير تقصير الاجل او الموت قبل الأوان .

فنحن والحالة هذه نخرج من موضوع الاولاد والتدخين بان اثر التبغ على الصغار اشد واقسى بكثير منه على الرجال . ونتيجته الحتمية هي نبلد الذهن وانحطاط النفس وضعف الصحة وقصر العمر . فاذا اصفنا هنا ايضا ملحوظة لها خطورتها ، الا وهى تدخين اعقاب السجائر او تبادل السجارة الواحدة بين عدة اولاد ، وهو ما يلجأ اليه الكثيرون منهم لاسيما الفقراء لما هو معروف عن قلة موارد الصبي الصغير التى تساعد على مشترى كفايته من هذا المخدر ، اذا اعطينا هذه الملحوظة الخطرة اهميتها التى تستحقها كانت النتيجة مرعبة حقا ...

فتدخين بقايا (أعقاب) السجائر هو شر ما عرف من أنواع التدخين فان كل السموم التى تفرزها السجارة يتجمع أغلبها في المؤخرة فاذا شربها انسان كان كالمنسحر بالسم سواء ~~سواء~~ أما تبادل السجارة الواحدة بين عدة اولاد فمعناه انتشار الامراض المعدية التى تجد الطريق لها ممهدا بالانتقال من فم الى آخر .

ولا يفوتنا قبل أن نختم هذا الفصل أن نناشد المربين والاباء ان يراقبوا أبنائهم في حداثتهم وان يراقبوهم باهتمام ودقة ، ولا يألون جهدا

في تحذيرهم من الاقدام على هذا الوباء الخطير ، وتبيان مايجنيه عليهم جميعا
جسميا وعقليا وماليا ، واذا اكتشفوا ان ابنا لهم قد اقدم على التدخين
ولو مرة واحدة ، فواجبهم عندئذ ان يتخذوا العلاج الحاسم السريع قبل
ان تتمكن هذه العادة منهم .

ولعل في مقدمة مايجب على الآباء نحو ابنائهم الذين لم تنضج فيهم بعد
— بحكم الخدائنة — ملكة التمييز بين الطيب والخبيث . . اقول ان واجب
هؤلاء الآباء محتم عليهم ان يمتنعوا عن التدخين — على الاقل — في حضرة
الابناء — هذا اذا تعذر عليهم مقاطعته اطلاقا . //

زيت مستخرج من

أشجار الأناضول —

أولاً — زيت الأناضول يزيل القشر ويمنع سقوط الشعر
ويقوي جذوره

ثانياً — زيت الأناضول يكسب الشعر النعومة ويطريه مهما
كان خشنا ويعطيه رونقا جذابا

ثالثاً — استعمال البريانتين والفازلين هو ضرر كبير لانه يجفف
ويسقط الشعر سريعا لأنه مركب من مواد غير
صالحة .

رابعاً — زيت الأناضول رائحة مستخرجة من الزهور الطبيعية
لذلك لا تزول رائحته من الشعر

خامساً — زيت الأناضول اكتشفته جابرة الكماوية بطريق
لوريا الشهيرة باستامبول ويوجد الآن بمعرض الروائع
التركية بالموسكى بمصر عثمان بك نوري

الطريقة العملية لإبطال التدخين

في هذا الفصل يروى لك المؤلف قصة ادمانه التبغ اربعة عشر عاما ، ثم يحدثك كيف انتهى الى التخلص منه بسهولة عجيبة ولعل هذه القصة هي قصة آلاف بل ملايين المدخنين . وهي ايضا اخطر فصل في هذا الكتاب يهمل قراءته

كنت مدخنا مسرفا بكل ما تحمل كلمة الاسراف من معنى . فقد درجت بين اخوان السوء . وشربت أول سيجارة وأنا في الرابعة عشرة من عمري ، بعد الحاح صديق يكبرني بعامين ، واذ كر على سبيل الفكاهة أنه قال لي يوما « يا أخي انت فاكر نفسك عيل .. هوفيه راجل ما يشربش السجائر » ولست أدري كيف أعجبت يوما بهذا المنطق العليل .. ومن ثم أخذتني نغمة الرجولة الكاذبة فرحت ادخن السيجارة الاولى وانا أحاول كبت العوارض التي كانت تنتابني اذ ذاك كما أعطي موقفي وأكون عند حسن ظن صديقي ، حتى لقد كانت الدموع تطفر من عيني لا ختناق أنفاسي بذلك الدخان الكريه الذي لم أكن قد ألقته بعد .

ومن الغريب انني ظلت لا أتلد من التدخين قرابة عام .. ولم أكن ألتجأ اليه اذ ذاك الا اذا جمعتني مجلس أصدقاء أو مجلس نساء .. لا بدو — كما كنت أتوهم — رجلا كبير المقام .

في طريق الموت

كذلك تعودت التدخين في هذا السن الباكر فتأصلت في نفسي تلك الرذيلة واختلط هذا السم بلحمي ودمي . وما بلغت ميعة الصبا حتى أصبحت — لا فراطى — حطاما بالية ودبت في أوصالي بوادر الشيخوخة .

كنت لا أجلس الا وسط هالة من الضباب المتكاثف حولي من التدخين
فلا يتبين في الرائي غير صورة مشوهة ممسوخة مغطاة بطبقة كثيفة من
الدخان يخط عليها الهرم غصونا مشوشة لا تحجل ان تحط رحالها على وجه
شاب مثلي في عنفوانه .

كنت الهث وينتابني الصداع وتظلم الدنيا في عيني لمجرد صعود درجات
سلم أو سير ربع ساعة . بل لمجرد أي مجهود جسماني ضئيل حتي لقد بدأت
أضطرب وتدور الهواجس في رأسي لشعوري بأعراض أشد وطأة من
أعراض التسمم وأمراض الصدر والسكتة القلبية وغير ذلك من المفاجآت
التي يحتمل أن تكون تلك الاعراض مقدمات لها .

و كنت أجهل أولا - شأن اغلب المدخنين - ان كل ما ينتابني هو اثر
ذاك السم الذي أتعاطاه ليل نهار . ولكني بدأت أدرك تدريجيا ما تسوقني
اليه هذه العادة لاسيما بعد بضع معلومات التقطتها من افواه بعض الاطباء
ومن مقالات كتاب امناء غير مغرضين .

الدعاية الآثمة

كنت كلما استقيت شيئا عن مضار التبغ وطبقته على حالي الشخصية
خرجت بنقمة جديدة على هذا المخدر البغيض الذي استحلته البشرية تحت
تأثير اغراء صناعه الذين راحوا كل يوم يتكرون وينمقون في هذه البضاعة
المرذولة فتارة يعلنون عنها اعلانات مبهرجة وتارة يقدمونها في علب
مذهبة أو مفضضة أو مزخرفة، أو يطلقون عليها الاسماء المحببة بين الاوساط
التي يروجونها فيها . فيتمسحون باسماء بعض الملوك والمشاهير أو البلدان
والاثار . بل لقد ذهب بعضهم في الاغراء مذهبا أقل ما يقال فيه انه اجرام
وعبث بالناس . ذلك أنهم ينعنون بضاعتهم بانها سجائر صحية أو من عمل
الدكتور فلان .. والله يشهد أن الصحة والاطباء لا يستنكرون في الدنيا
شيئا إلا هذا السم الزعاف .

كيف أبطلت التدخين

قلت انه كان يسترعى انتباهي كل ما يكتب حول موضوع التدخين، وكنت أقرأ هذه الكتابات بروية وامعان، ولو ان تلك الكتابات كانت - للأسف - قليلة ونادرة اذ اعتادت المادة ان تعمى الكثيرين عن اسداء النصيح الخالص، ولقد لمس ذلك مروجوا هذه البضاعة فاجزوا العطاء عن طريق الاعلانات التي غمروا بها الصحف والمطبوعات فاخرست الالسنه وكمت الافواه .

بيد ان تلك الكتابات، علي قلتها، كانت منبها يفظ في نفسى الرغبة في التخلص من التبغ . فحاولت . ولكنى اخفقت . . . وحاولت مرة اخرى . فاخفقت ايضا، ورحت احاول واخفق الى ان بدأ اليأس يتسرب الى قلبي ورحت ازعم لنفسي ان ابطال التدخين ضرب من المحال .

مثل تيمور لنك

ولكنى عدت فتذكرت حكاية طريفة قرأتها في حداثتي عن القائد تيمور لنك . خلاصتها ان ذلك القائد لجأ الى مكان جبلى علي أثر اندحاره في عدة معارك متوالية . وجلس معتمدا رأسه بين يديه في يأس قاتل فاسترعى انتباهه نملة تحمل حبة قمح تحاول ان تصعد بها الى جحرها فتخونها قواها وتسقط منها الحبة . ولكن النملة عاودت الكرة مثنى وثلاث . اخ . في جلد وعزم حتي تغلبت أخيرا على ضعفها وحملت حبة القمح الى حيث تريد .

وتلقي تيمور لنك درسا جليلا من مثابرة هذه النملة . هذا الدرس هو الذى قلب حياة تيمور لنك رأسا على عقب . وبدل من يأسه عزما . فجمع فلول جيشه وعاد نضاله الى أن فاز بما يريد . وهذا الدرس ايضا هو الذى أدين له بناحية كبيرة من نواحي سعادتي . وانا اذا تحدثت عن السعادة التي غمرت حياتي منذ أبطلت التدخين ،

فانما أتحدث بنعمة الله أولا . وبفضل المثابرة على مغالبة النفس ، وما تأتيه تلك المثابرة في حياتنا من معجزات .

كيف تمت المعجزة

كانت معجزة حقا أن يبطن مثلي التدخين وأنا الذي قضيت أربعة عشر عاما أسير تلك العادة المشؤومة . وقد كنت أسأل كل المدخنين الذين اعرفهم عن علة استمرارهم علي تعاطي ذلك السم ، وهل من سبيل الى ابطاله ؟ فكان الجميع يجيبون بما يفيد أنه بلاء لا بد منه اذا ما اعتاد الانسان عليه وليس من سبيل الي اخلاص منه .

يبدان هذا الرأي لم يعجبني كثيرا . ورحت ابحث واقلب الامر علي وجوهه المختلفة . فاقنعت مبدئيا ان التدخين عادة لا اكثر ولا اقل . ولا يعود علي معتادها . من ابطالها - أي ضرر أو تغيير جوهرى في حالته الجسمية أو العقلية كما يحدث مثلا في حالة مدمن الافيون . ومن التجارب المشاهدة لاسيما في السجون وبعض المصحات وغيرها من الاماكن التي يحظر علي نزلائها التدخين ، في هذه الاماكن لا يبدو علي النزلاء أي تغيير جسماني أو عقلي من الامتناع عن التدخين فجأة . كما ان المسلمين في رمضان يصومون فجأة عن التدخين فلا يكون لذلك من أثر عليهم ، اللهم الا تلك المضايقة الطفيفة التي مبعثها الحاح العادة ليس غير .

واذا اقتنعت ان التدخين عادة فقط لا ضرر من ابطالها بل علي النقيض في هذا الا بطل كل الخير والفائدة للانسان ، احسست براحة واطمئنان الى النتيجة التي انشدها . وهي ابطال التدخين .

حياة الانسان تدور حول افكاره

طردت من راسي تماما فكرة استحالة الا تقطاع عن تعاطي التبغ وفتحت عيني تماما لهول جريمتي التي اقترفتها في حق نفسي . وهنا فقط بدأت اشم رائحة الموت التي تنبعث من هذه اللقافات الكريهة التي احرقها وتنبت الي مبلغ السفه والخطل في الرأي الذي يحمل الانسان علي تعاطي الشيء الذي يودي بصحته وماله .

وسألت نفسي في حزم : اريني طريق الخلاص من هذا السم !!
وجاءني الجواب سريعا من اعماق هذه النفس يقول . اذا اردت
ان تبطل التدخين فانك تبطله

وكأني استصغرت شأن هذا الجواب في بادئ الامر . ولكنني
رحت اتأمله وانا ازداد دهشة فقد كان هذا الجواب يتضخم ويعظم في
كل ثانية تمر وتجسم لي معنى هذا الجواب في الكلمة العظيمة التي طالما
زحزحت الجبال وتحكمت في مصائر البشر الا وهي .

الارادة

اذا اردت ان تبطل التدخين فانك تبطله .

اذن فانا لم ابطل التدخين لاني لم اكن اريد ابطاله .

ذلك كانت الحقيقة التي أبطلت بها التدخين

قمت من فوري وحطمت علية سجائري ، وأبعدت حتي الكبريت عن جيبي .
وتحاشيت مجالس المدخنين لاسيما المكثرين منهم . ولما كانت مجالس الشراب
ومجالس النساء هي المرعى الخصب لهذه العادة المقوتة فقد تجذبتا بتاتا . وعلى
الجملة فقد تحاشيت كل ما يذكركني بالتبغ وبتدخينه

لقد رموني اخوان السوء يومها بالسماجة والرجعية فقلت نعم السماجة
والرجعية اذا كان التعويض عن ذلك هو الصحة والمال

على أن هؤلاء الذين رموني بالسماجة لم يلبثوا هم أنفسهم بعد بضعة أيام أن

أعترفوا بأنني اكتسبت حيوية
وجاذبية وفتوة غريبة جعلتهم
يعترفون صاغرين بأنني كنت بطلا
يوم اعزمت ذلك ويوم نفذت
ارادتي .

مكة المكرمة ولله المنة
قد هازت قصيرها الجذابة وكلها
بغير في سرها الفروغرافي
الذي أعزمت بعرفنا وقد طبقنا
باللون الطسعة على درنا من
بمقاس ٥٠ x ٧٠ وكنزها ٣٠
حتى أصبحنا متعة للناظرين

حافظ على هذه الوصايا

يقيني انك استخلصت بكائك من الفصل
السابق ما يجب على المدخن الذي يريد التحرر من
عادة التدخين ان يتبعه . واني اجمل لك تجاربي في
الوصايا الآتية

١ — يجدر بمن يرغب الاقلاع عن التدخين ان يفكر عميقا في مضار
التبغ ويحيط نفسه بكل ما يقنعه بضرره . وهذا الكتاب الذي بين يديك فيه
الكفاية فأحرص على ان يكون رفيقك في غدواتك وروحاتك على ان
تعيد قراءته مثنى وثلاث

٢ — ليس اخطر على المدخن من ان يقول — ولو على سبيل المزاح —
لا يمكنني ان ابطل التدخين . فان هذه العبارة غالبا ما يكون مصدرها اليأس
الذي يصل بها الي قرارة نفس قائلها فيعدها كل مقاومة ويذهب سدى كل
ما يبذل في سبيل ابطال هذه العادة . فواجب المدخن ان ينزع من نفسه مثل
هذه الایحاءات السوداء

٣ — يجب على المدخن ان لا يعأ بتهم رفاق السوء على ابطاله التدخين
٤ — وان يعمل على تحسين صحته وتنظيم معيشته فان الجسم الصحيح
لا تقوم به أية رغبة في التدخين . وتلك نقطة خطيرة جدية بالعناية الكبيرة
٥ — يجب ان يتجنب مجالس الشراب والمقاهي ومجالس « الانس » .
وكذلك يتحاشى الاكلات الدسمة — ولو في بادىء الامر — لان الطعام الدسم
غالبا ما يحس بعده الانسان برغبة في التدخين ✓

٦ — من القوانين الثابتة في علم النفس انه لكي تغلب على عادة سيئة يجب
أن تعمل على تكوين عادة طيبة مضادة لها . فيمكن مثلا أن يضع الانسان

في فيه لثافة غير مشتعلة ويشغل نفسه بعمل آخر يصرف عنه ميله الى
أشغال هذه اللثافة . أو يعود نفسه على وضع شيء من الحلوي ذات الرائحة
الزكية في فيه .

٧ — ستجد بعض الصعوبات في المقاومة في اليوم الاول ، ولكن
الميل عن التدخين سيأخذ في النمو مع التكرار حتي يصبح شيئاً عادياً لا يحتاج
الى مقاومة أو جهد .

٨ — فكر دائماً في أن الاقلاع عن التبغ ليس أمراً عسيراً بل هو
شيء سهل كل السهولة .

٩ — يجب أن تثار ولا تيأس مهما طالّت المدة التي تحاول فيها ابطال
التبغ . فان مد من التبغ اذا كان يحس برغبة قوية في الخلاص من ادمانه
أقوى من إرغبه في التبغ إذاته فسوف ينتهي به الامر الى النجاح ولو بعد
حين .

١٠ — ضع لنفسك عبارة قوية مثل (أنى أريد أن أقلع عن التدخين
فهو سم يؤذى بالجسم والعقل ويستنزف النقود) وادأب على ترديد هذه
العبارة واكتبها في مفكرتك . وعلى مكتبك ، وفي غرفة نومك وعلى مائدة
طعامك . في كل مكان يمكنك كتابتها فيه . .
واحذر جيداً من أن تستهزئ بهذه الوصية الاخيرة أو ينحيل اليك
أنها فكرة صبيانية أوسخيفة .

تذكر دائماً أول اغسطس سنة ١٩٣٩

موعد صدور

استر الحشافي

من الوجهة الاقتصادية والاجتماعية

في هذا الفصل احصائيات غريبة و أرقام مخيفة تبين مدى ما ينفقه الفرد ، ثم ما ينفقه المجموع على التدخين من أموال تتصاعد دخانا في الهواء — وفي هذا الفصل أيضا نرد ردا هادئا منطقيا على أولئك المغرضين ، أو السذح المساكين ، الذين يعترضون كل صوت يهتف بأولى الأمر أن أمنعوا التدخين من الدخول إلى البلاد بحجة أن الدولة تستفيد منه « جمركا » يقدر بستة ملايين أو أكثر أو أقل

هي كلمة أخيرة لا بد منها لاتمام هذا البحث . . تلك هي الناحية الاقتصادية والاجتماعية في مسألة التدخين . ونعني بالناحية الاقتصادية ما يستنزفه التدخين من مال الفرد ، ثم ما يعود على المجموع من « منافع » او مضار اقتصادية من ورائه .

أما ما يستنزفه التدخين من مال الفرد فتلك حاسبة معروفة لا تحتاج الى الاكثار من الجدل فيها . ولعل الناس جميعا تعرف ان معظم المدخنين ينفقون على التدخين أكثر مما ينفقون على الطعام او الملابس او المسكن خذ مثلا الرجل المتوسط الذي لا هو بالمكثرو ولا هو بالمقل ، والذي يدخن الاصناف العادية الذائعة التي لا هي بالرخيصة ولا بالغالية . مثل هذا الشخص ينفق في اليوم الواحد أربعة قروش تقريبا — ولا تقول خمسة — على التدخين أى ان مجموع ما ينفقه في السنة خمسة عشر جنيها تقريبا فهل ينفق هذا المدخن مثل ذلك المبلغ على مسكنه ؟ طبعا لا ! هل

ينفق أكثر من ذلك على طعامه ؟ غالبا لا ! هل ينفق مثله على ملبسه ؟ طبعا لا !
إذن مامعني الاتفاق على (عادة ذميمة) لو لم يكن لها غير هذه
الخصائص المادية الفادحة لكفها ذلك بشاعة واضرارها بالناس فما بالك
وتأثيرها (السيء) على الجسم والعقل ووضح و ملموس !!

مامعنى ان يتقاضى الفلاح المسكين عن عمله المضى طوال اليوم قرشين
أو ثلاثة فيشتري منها بما لا يقل عن القرش « دخان » مما يحرمه ويحرم
زوجته وعياله من مجرد اللقمة التى يتبلغون بها ؟ !

لو أن هذا الفلاح اقتصد هذا القرش لاستطاع ان يتذوق اللحم
هو وأولاده مرتين فى الاسبوع بدل ان يعيش على غث الطعام أو يبيت
على الطوى ليقصد لنفسه « ثمن الدخان »

ولو ان الشخص المتوسط الذى ينفق فى اليوم نحو أربعة قروش على
التدخين وفرها وأضافها الى ميزانية الملابس مثلا لاستطاع شراء خمس
« بدلات » كل عام فوق ما يشتريه ، علما بأن أكثر الناس اناقة لا يشتري هذا القدر !
علام يصر المدخن إذن على التماذى فى جنايته على نفسه وأسرته ووطنه
ويتمسك بهذه العادة ، ويزعم أنه لا يستطيع الاقلاع عنها ؟ !

لماذا لا يستطيع ؟

اليس له إرادة ؟

اليس مخلوقا ميزه الله عن سائر مخلوقاته بقوة العقل !

شهادة صحفي معروف

كتب الاستاذ مصطفى أمين رئيس تحرير مجلة آخر ساعة الغراء فى
يومياته يقول أنه فكر يوما فى ابطال التدخين ، ولما كان يدخن فى اليوم
الواحد بعشرين قرشا فقد ضرب هذا المبلغ فى ثلثمائة وخمسة وستين - وهو
عدد أيام السنة - ليعرف كم يقتصد فى العام ، فاذا به مبلغ يكاد يقفز إلى المائة
.... مبلغ ثلاثة وسبعين جنيها !

ثلاثة وسبعون جنينها... لو انه أوقع عن التدخين... لا ودعها جيوبه، وشد
رحانه في نهاية العام، وأصطاف في أي مصيف يعجبه من مصايف الدنيا .
ولو أنه اقتصد هذا المبلغ لمدة عامين لا يمكنه في نهايتهما أن يبتاع لنفسه
سيارة فخمة .

ولو انه اقتصد، لمدة عشر سنوات تمكن من بناء فيلا جميلة
ولو أنه اقتصد هذا المبلغ لمدة ثلاثين سنة لا يصبح من أصحاب الاموال
الكبيرة !

ويطول بنا الحديث لو أننا سقنا عشرات بل مئات من هذه الامثلة، التي
لا يعوزها منطق أو دليل
فلننتقل إلى النقطة الخطيرة في هذا الباب، وهي الخاصة بما يعود على المجموع
- كذا - من منافع مالية !!
إيرادات الدولة !

تحلوا لبعض المسفسطين، أو المغرضين، أو الناس «الطيبين» أن يعرضوا
على فكرة إبطال التدخين بحجة أن الحكومة تعتمد في ميزانيتها على ستة
ملايين أو أكثر من الجنيحات تتقاضاها «كجمرك» على أصناف الدخان التي
ترد كل عام من الخارج.

ولكن ما رأي هؤلاء السادة في أن الفكرة الأساسية في فرض هذه الضريبة
الفادحة على الدخان، إنما كانت في الأصل لمكافحة هذا الوباء، لا بقصد
تنمية موارد الدولة (راجع صحيفة ١٨ من هذا الكتاب)

ولو أن المسألة مجرد فرض ضرائب وجمارك لانماء الميزانية، دون
نظر إلى اعتبار أعم وهو مصداحة الشعب العامة وصحته، لحق للحكومة أن
تبيع دخول الأفيون والحشيش مثلاً نظير ضرائب باهظة، وأنا واثق
أنها تستطيع أن تتقاضى عنها لاسية ملايين، ولكن مئات الملايين في كل عام!!
ثم ينسى أولئك المسفسطون أن المدخنين إذا اقتصدوا تلك
الاموال التي تنفق على التدخين، فسوف يتمتع السوق التجاري ولا شك،

وبإزالة المزيد من سائر أصناف الملابس والكماليات وغيرها، ومن هنا تنقاضي الحكومة (جمركا) عن هذه الواردات قد يعوضها عن جمرك الدخان
العمال . العمال !!

بقيت بعد هذا حجة أخرى يرددها أولئك المعترضون. هي أنه باطل
التدخل تعطيل الأيدي العاملة، يقصدون بذلك مئات معدودة تشتغل في بعض
شركات الدخان في مصر - وأكثرت تلك الشركات اجنبية في مساهميتها
ورأس مالها - وتبدو هذه الحجة وجهة لأول وهلة ، بيد أنها لا تحمل
هنا أكثر من بضعة سطور لندحضها من أساسها

ان مجرد نظرة سريعة الى سوق الدخان في مصر تثبت لنا بجلاء ووضوح
ان الاصناف الانجليزية ، والاميركية في العهد الاخير بدأت تكتسح السوق
بشكل مخيف .

فالطبقات الموسرة تدخن اصناف (لكاستريك) و(ون الفن) و(بلايزر)
و(كامل) وغيرها والطبقات المتوسطة تدخن (الفلاج) و(الجولدفلاج)
و(رداندهوايت) و(هوليوود) الخ وحتى الطبقات الفقيرة تدخن (الفيل)
و(الجولدن ليف) و(ثري بلز) و(الهلبي)...

ومن هنا يتبين لنا أن الأيدي العاملة التي يتجدثون عنها انما هي في الخارج
— في الواقع — وليست في مصر!

كما أن أولئك العمال المعدودين الذين يزاولون هذه المهنة - لسوء حظهم -
في بعض الشركات الاجنبية في مصر يستطيعون أن يجدوا الاعمال إذا ما
كسد سوق التدخين لأن السوق الصناعي والتجاري - كما سبق أن ذكرنا -
سوف يتعشع عندها فيقبل الناس على شراء الحاجيات بما ادخروا من
تقفات التدخين ، ويجود التجار والصناع انفسهم في حاجة الى زيادة
الانتاج ، في النواحي الأخرى، ومن ثم يجد العمال سبل العمل مفتوحة
أمامهم، زد على ذلك أن التمسح بالعمال هنا لا يزيد على انه تفاق ما بعده
تفاق اذ ليس أفدح من الظلم الذي يلاقه عمال الدخان المساكين

المغبوتين في كل الشركات على السواء . ففضلاً عما ينشأ من الأضرار الصحية التي تصيبهم - لاسيما النساء منهم - من جراء صناعتهم هذه .. فأجورهم على جانب مزرى من التفاهة . وحياتهم على شيء كثير من الاضطراب ، ذلك أن متوسط ما يتقاضاه العامل في تلك الشركات هو من قرش الى أربعة قروش أو خمسة يشتغل بها طول النهار وجزءاً كبيراً من الليل . . ثم هو بعد ذلك لا يشتغل في أي شركة بصحة دائمة فمعظم الشركات هنا لا تشتغل عمالها الا (بالمقطوعة) ومتى زاد انتاج الشركة عن الكمية التي تستهلك في السوق فهم يعمدون الى تشغيل العمال ٤ أو ٣ ايام فقط في الاسبوع . فلا يزيد متوسط اجر احسن عامل في هذه الحالة عن ثلاثة قروش في اليوم .

هل تريد نقوداً

ان مقدار ثروتك ومرتكزك في الحياة يتوقفان على مقدار تعليمك ومدارس المراسلات المصرية تعلمك في وقت قصير للحصول على التعليم الذي ينقصك

دروس بالبريد للتخضير للشهادات الابتدائية والثقافة والكالوريا ودرجات جامعة لندن ودراسة اللغات . الصحافة ، الادب والعلوم ، القانون . الهندسة التجارية . الزراعة ، تأليف الروايات ، الرسم ، تفصيل الملابس ، منتجات الاليان ، تربية الدواجن ، الراديو ، التنويم المغناطيسى وجميع انواع المهن والصناعات .

كتاب طريق النجاح ٧٥ صفحة كبيرة يرسل لكل من يطلبه
ون مقابل من مدارس المراسلات المصرية ٢٨ شارع فؤاد الاول
مصر تليفون ٥٠٣٥٩

وأعلننا بهذا القدر البسيط قد قطعنا خط الرجعة على أولئك الذين
يزعمون أن في منع التدخين مساس بميزانية الدولة .. أو تعطيل
للأيدي العاملة!!

وإد فرغنا من مناقشة المعارضين والمكابرين . فأضن أنه من حقنا
أن نسألهم بدورنا عن الأخطار المالية والاجتماعية والخلقية التي تترتب على



تعلن محلات السقا حضرات زبائننا الكرام أنها انتقلت من شارع فاروق
الى محلاتها الجديدة بشارع عبد العزيز امام سينما أوليمبيا تليفون ٥٧١٣

ذبوع عادة التدخين المقيته وانتشارها . وما يعود على الامة من خسائر
وبيلة من جرائها في المال والاخلاق والارواح
ولن نكتب هنا موضوعا إنشائيا، لن نسوق كلاما منمقا بليغا .
ولن نحاول التأثير على القارىء بآلفاظ معسولة، أو جمل خلافة، أو مناقشات
أفلاطونية . لا . لن نلجأ لمثل هذا الاسلوب بل اننا سنسوق الحقائق .
والحوادث والارقام . . . ونحتكم اليك بعدها . ونترك لك مهمة الفهم والتعليق
الحرائق . . .

امسك دفتر الاحوال في أى نقطة من نقط بوليس المطافىء وتصفح
لكى تقف على أسباب الحرائق التى تدمر المدن أو المنشآت الصناعية
أو التجارية أو خلافها

وإذا أعوزك الفراغ لى تتأكر بنفسك ، ففى امكانك أن تولينا
ثقتك ، ونحن نجيبك فى الحال ، إجابة تعززها الاحصائيات الرسمية فى دفاتر
البوليس - نجيبك اجابة مذهشة قريية تسترعى الانظار لخطورتها اذ أن ٩١ ر ٥
فى المئة من الحرائق أسبابها . . . عقب سيجارة !!! . . .

تلك حال لا يعوزها تعقيب ولا تعليق . مادنا جميعا نعرف ماتلتهمه
نيران هذه الحرائق من آلاف الاموال فضلا عن خسائر الارواح .
والواقع أنه لولا التدخين ما حمل أحدنا فى جيوبه علبة الثقاب (الكبريت)
فى غدوه ورواحه . . . تلك العلبة الخطرة التى مكانها الطبيعى فى الواقع هناك
. فى المطبخ : فى المطبخ لا غير !

الخطر الخلقى والادبى

إن مقتضيات المعيشة وأساليبها، وعلاقة الانسان بهذا المجتمع تحتم عليه
التمسك بتقاليد معينة لا مناص منها . فمثلا لكل منا رئيس فى عمله يحتم عليه
الواجب احترامه، وحتى أصحاب المهن الحرة يستلزم عملهم مقابلة الكثيرين
من ذوى المقامات التى تعلوهم، ثم ان آباءنا واعمامنا وذوي قربانا الاكبر
مناسنا . . كل هؤلاء قد جرى العرف على أن التدخين فى حضرتهم يعد

خروجاً عن اللياقة والادب. ولكننا من ناحية أخرى كثيراً ما نأخذنا
الغيرة لكرامتنا في هذا المقام. ومن هنا نرى ما يحدث من ازِمات أدبية يحدثها
التدخين، فقد يفاجئ المدخن أحد هؤلاء الذين يحتم عليه الواجب احترامهم،
ويكون في الوقت نفسه بين أصدقائه أو مع خطيبة أو صديقة له فيمز عليه
أن يلقي سيجارته، وتأني عليه كرامته أن يظهر بمظهر المرؤوس المستكين
الواجب. وتعمل كل هذه المنازعات في نفسه، فإذا به يظهر بمظهر المرتبك
الحائر، ويكون منظره ادعى في هذه الحالة إلى السخرية سواء رجع كفة كرامته،
أو كفة طاعته وإذعانه.

ليس هذا هو الموقف الحرج الوحيد الذي يتكب به المدخن في الحياة
العادية. في عربات الترام. والسكة الحديد والصالونات وغيرها، كثيراً
ما تدمر الجالسون قرب المدخن من رائحة التبغ البغيض، وقد يعلنون
تذمرهم هذا وقد يكتُمونه، وفي كلا الحالتين يكون المدخن شخصية غير
محبوبة بالنسبة للذين حوله

حادث تاريخي

ولعل من الطريف أن نرى هنا هذا الحادث التاريخي الذي كان
السبب فيه... سيجارة. واولئك ان يحدث ازمة سياسية بين مصر وفرنسا.
في عهد المغفور له اسماعيل باشا خديوي مصر كان يتولى ادارة البحرية
وكيل يدير شئونها اشتهر بالحزم وحسن الادارة هو. ل باشا، وكان مقر
عمله بالترسانة

وعقب توليته وكالة البحرية أصدر أمراً يحذر فيه التدخين داخل
الترسانة وينذر كل من تحدته نفسه على التدخين بالعقاب الشديد وشاء سوء
الطالع أن يكون أحد قواصي قنصلية فرنسا أول من نال العقوبة لوقوعه
في المحذور فقد دخل إلى الترسانة في مهمة وفي وفه سيجارة فمنعه (الديديان)
من الدخول الا اذا تنازل عن سيجارته وأصر القواص على عدم إذعانه
لاوامر العسكري واعتبر ذلك ماساً بكرامته ولما رأى العسكري منه عناداً

رفع أمره الى الباشا الذي أمر باستدعائه اليه ولما مثل بين يديه — وكان شديدا صارمًا لا يعرف الرحمة ازاء من تحدثه نفسه بالتمرد على أو أمره — أمره بوضع السيجارة في عمامته فرفض القواص وثار تائرة الباشا فامر أن يجلد الرجل خمسين جلدة ثم يزوج في السجن (الزفر) وهو المعروف الآن بالبرج الزفر ولما علم قنصل فرنسا بما اصاب تابعه غضب وعد هذه المعاملة ماسة بكرامته



كرافقات - روائح - أدوات تواليت
فرع للتفصيل على المودات الحديثة..

عند محمد عثمان

هـ شارع إبراهيم الكليفر ٥١٤٣
زوروا فرعنا بالقاهرة التجارية المصرية

محمد عثمان الحائز على الميدالية الذهبية
من المعرض الزراعي الصناعي العام

كمثل لدولة لها مركزها
واخذ طريقه الى الباشا
وطلب منه اطلاق سراح
تابعه فرفض الباشا الطلب
في شدة عداها القنصل
اهانة له وخروج من
المكتب مهددا متوعدا
وارسل القنصل
تقريرًا بالحادث عامة
ومقابلة الباشا له خاصة
الى القنصل جنرال
بالقاهرة الذي سارع
وقدم احتجاجا كتابيا
وتبذلت الكتب
بين القنصلية الفرنسية
والجهات المختصة
وانسعت المسألة
وكادت أن تأخذ دورا
خطيرا -- وأشيع
وقتئذ أن الاسطول

الفرنسي تحرك من موانيه قاصدا المياه المصرية - لولا أن تدارك الأمر المغفور
له اسماعيل باشا بحكمته وأشرف بنفسه على التحقيق الذي اشترك فيه جميع قناصل
الدول فأتضح لهم أن الخطأ وقع نتيجة تصرف القنصل وتابعه وأرسلت
نتيجة التحقيق إلى فرنسا فأمرت بتغيير القنصل وبذلك انتهت المشكلة .
صديقي الأديب المدخن

أذكر أن أحد كبار مؤلفينا كلفني مرة أنا وصديقي لي أديب أن
نترجم له بعض مراجع من دار الكتب المصرية نظير أجر معلوم عن
كل مرجع منها . فكنت أذهب أنا وصديقي معا في المواعيد المحددة وكان
صديقي من المدخنين ولما كان نظام دار الكتب يقضى بعدم التدخين في
قاعة المطالعة فقد كان يضطر صديقي إلى معادرة القاعة كلما أراد أن يدخن

هل تريد الصحة والقوة

إن معهد الجوهري يستطيع أن يعطيك في وقت قصير وانت
في منزلك ذلك الجسم الصحيح الجميل والعقل الكامل والشخصية القوية
الجزابة التي تجذب حولك كل القلوب

علاجات ناجمة للأنحافة . السمنة . قصر القامة . ضعف الصدر .
اعوجاج الأرجل والظهر . ضعف الأعصاب . الروماتزم . سقوط
الشعر . الامساك . الأرق . عيوب الوجه . الخجل . الوهم . الوسوسة
وجميع الأمراض المزمنة والعيوب الجسمية . والاضطرابات
العصبية والعقلية .

نتائج مذهشة . الكتاب الايضاحي مجانا لكل من يطلبه من
الإدارة رقم ٢٨ شارع فؤاد الأول مصر . والمقابلات من ١٠ — ١٢
ومن ٦ — ٨ تليفون ٥٠٣٥٩

غلطة معظم المؤلفين القصصيين

مؤلف يضمن على قصته بخمسة قروش!

اعتاد القصصيون الغربيون أن لا ينشروا قصصهم دون أن تتخللهم الصور التي تمثل أروع مواقفها وأعجبها . ولذلك وجدت القصة في الغرب إقبالا كبيرا وقلما تجد مؤلفا هناك لا يتمتع بربح وفير من قلمه .

وفي مصر عندنا مئات من القصصيين وقد يكون بينهم من يفوق كتاب الغرب في فنه ونشاطه ولكنهم يقاسون من شطف العيش وكساد مؤلفاتهم وضياح مجهوداتهم أدراج الرياح ذلك لأنهم اعتادوا أن يطعموا مؤلفاتهم جافة خالية من الرسوم الموضحة لها والواقع أننا نجد معظم القراء لا يستطيعون غير القصص المصورة حتي ان القصص الضعيفة منها في أسلوبها إلى حد ما ، تفوق في نظرهم القصص القوية . تماما كما نظن نحن ان الرجل الاثني غنيا وقد يكون أفقر بكثير من الرجل الاخر الذي لا يعني بهندامه فتحاله فقيرا ولهذا السبب الجوهرى في رواج القصص والاقبال عليها انشأت دار التعاون الصحفي قسما خاصا للتصوير على استعداد تام لأن يوافق كل قصة بالمناظر التي تلزمها . ويقوم بتمثيل هذه المناظر فتيات وفتيات أكفاء من الذين يشتغلون بفن التمثيل والماكياج . وليس عليك الا أن تشرح أى منظر تريد تصويره شرحا وافيا وترسل خمسة قروش عن كل صورة تطلبها إلى :

دار التعاون الصحفي

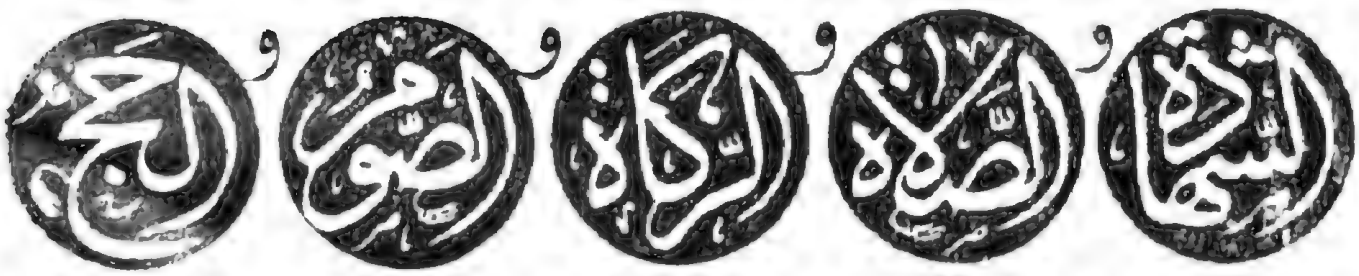
٢٩ شارع مجلس النواب بالقاهرة

والصور المطلوبة ترسل في اليوم التالى لطلبها مباشرة

انتظروا قريبا

كتاب الحج

يحتوي على

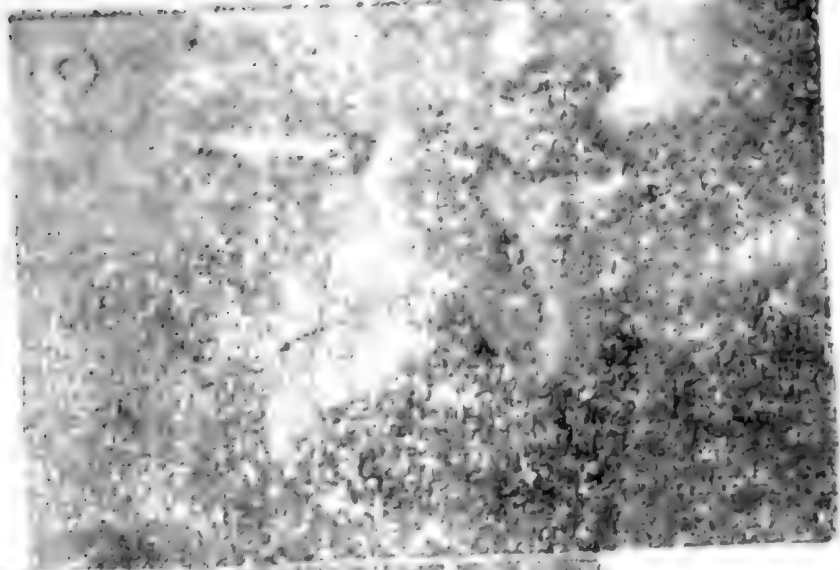


وبه رسالة في الحج والعمرة

على المذهب الأربعة

الوضع والزيئ والرسم بسجل بالقلم النجاري باسم

الحاج عيسى كرامة



في هذا المكان وضع سيجارته في ميسم به جهاز خاص يحل له
 ينتهي من السجائر المدخنة يدخن سيجارته (١٣) بعد انتهاءه من
 التدخين يمسح المسدود فالتدخين المصطنع ليتركه في الصباح أسوداً لما تراكم
 عليه من شحوم ودهون. مرات السجائر من قال أيضاً كما ترى في الشكل الأول
 وللتدخين أن يصور هذه السجائر وهذه التدخين وقد علفت برائحة
 المدخن وحجراته !

سجارة و كانت النتيجة النهائية انني نلت من المؤلف الكبير اجرا ضعف
ما نال صديقي . والسبب الوحيد انني كنت لا ادخن ولم يكن هناك
ما يستدعي ان اغادر القاعة عدة مرات مثل ما كان يفعل هذا الصديق .
سوق الادب والثقافة .

ولعل من اغرب مالا حظته على بعض اصدقائي المدخنين انهم كانوا دائما
يستجدون مني الكتب والصحف والمجلات لمطالعتها وردها (او عدم ردها)
الى ورغم انني كنت كثيرا ما اغلظ لهم القول او ارفض ان اعيرهم شيئا
منها ، فقد كانوا لا يستحون من تكرار هذا الطلب وذلك في الوقت الذي يشتري
الواحد منهم خمسة قروش سجائر في اليوم بينما هذه الكتب او الصحف التي
يستجدونها لا تبلغ تلك القيمة . فلولا هذا المخدر الملعون لقدر للواحد منهم
ان يحتفظ بماء وجهه ويشترى ما يشاء من صحف وكتب

ان التدخين هو الافة التي تهدد سوق الثقافة والادب وتحرم الكثيرين
من الاقبال على الملاهي البريئة كالصحف والكتب والسينما والرياضة وتلك
كلها اشياء فضلا عما فيها من رواج وانتعاش لهذه النواحي فانها اغذاء روحي
علمي الشعب هو في ميسر الحاجة الى العلم والنش والادب

المال . . المال

واخيرا لماذا نجهد انفسنا في الكلام عن مساوي التدخين واما منا البلية
الكبرى لا تحتاج الى كلام او تطويل ونعني بها ضياع مال الناس في دخان
يذهب في الهواء

لقد ظل المال على مدي الدهور اساس الحياة والانسان بحجر طالما هو
في رخاء . لذلك نرى الناس منذ اقدم العصور يحرصون على ترتيب شئونهم
المالية بالحرص والدقة حتى يمكنهم تحقيق رغباتهم في الحياة عن طريق
المال المدخر

فاذا خرج بعض افراد قلائل عن هذه القاعدة ولم يعرفوا للمال قيمته في

سيرى القارىء

إذا كننا قد أصدرنا كتابنا الثانى بهذا الشكل المتواضع . فما ذلك إلا لظروف القاهرة كان لا بد من الرضوخ لها . منها ما يتعلق بحرب غير شريفة أثارها علينا أناس غير شرفاء ونحن نطمع بذلك فى تسامحك وكرمك أما عن الموضوع نفسه . فمع اجتزائه . نعتقد أنه قد جاء وافياً . فإذا كنت قد آمنت ممنا بما يجنيه التدخين على الجسم والعقل والمال ثم آمنت بالنالى بأن واجب كل غيور أن يعمل قدر جهده على مكافحة هذا الوباء . إذا كان هذا الايمان قد اكتمل عندك فنحن نرحب بك عضواً فى الجمعية التى ندعو الى تأسيسها لهذا الغرض فاملاً هذه الاستمارة وارسلها اليانا مع كتابة ما تقترحه فى هذا الصدد :

جمعية مكافحة التدخين

٢٩ شارع مجلس النواب بالقاهرة

..... مؤلف كتاب التدخين .

بعد الاحترام : يسرنى أن أعلن تطوعى لعضوية الجمعية التى تنوون تأسيسها لمكافحة التدخين . وأتمهد من الآن أن أكون مخلصاً لشكرتي ، كما يملية على الواجب والضمير .

امم طالب الانضمام ولقبه

.....

صناعته

عنوانه

سنة ١٩٣٩

تحريراً فى

تم طبعة

في جمادى الاول سنة ١٣٥٨

يولية سنة ١٩٣٩

الحياة وصفناهم بصفات السوء والتصرف بل وقام اقاربهم يفرعون الى الجهات المختصة للحجر عليهم ومصادرة تصرفاتهم حتي لا ينتهي حالهم الى الخراب

فاذا كان الناس يطلبون من المجاسن الحسبية الحجر على سيء التصرف فأحزى بأن يكون في مقدمة هؤلاء السيء التصرف أولئك الذين يشترون بأموالهم الدخان ويذرونه في الهواء لاسيما اذا كان الواحد منهم رقيق الحال ويقتضي منه شراء هذا الدخان أن يحرم نفسه واولاده - مباهج الحياة .

لا بطلال التدخين

.. هناك أيضا عشب نباتي يساعد المدخنين كثيرا على ابطال التدخين . اطلبه من محلات الحاج محمد عبد الحميد حراز وولده عبد الرحمن بشارع تحت الربع تليفون ٥٥٣٤٩ مصر وتجدون أيضا كل ما تحتاجونه من الاعشاب النباتية المفيدة فمن هذا العشب ٥ قروش تكفي للاستعمال مدة ١٠ أيام فقط



هل جاءكم حديث المعاهدة ... ؟
إنها المعاهدة التي انتجحت بها الأمة وصارت رثى.
إنها المعاهدة التي يلجج بذكراها كل لسان
إنها المعاهدة التي تسرهم بضبط أوقاتهم .
إنها الساعة المعاهدة التي بذلت كل مجهود في
إلحاق صنعها أشهر فبرقات أوروبا .
لا تترددوا في اقتناء ساعة المعاهدة .
سردعها العام بمنزلة ساعات نكس بيلان البذر برب .

إدارة محصل مصر

تحت نظام م م ر سوان الطاهر ٢٢ شارع مدين

الكتاب القادم

يصدر في أول اغسطس سنة ١٩٣٩

استاذ الحافى

وعجائب العلوم

المغناطيسية والسحرية

بقلم الاستاذ

سعيد كامل الرضى

الكتاب الاول من نوعه . يشرح بطريقة سهلة ، ولغة سلسلة .
جميع العجائب الحافى قديما وحديثا والالعب السحرية التى تحير الالباب
والتي يمرضها فقراء الهنود ، وأساتذة المغناطيسية فيخلبون بها عقول
المتفرجين . وكل هاتيك الالعب والفنون موضحة بنيف وخمسين
صورة

والكتاب مصدر بمقدمة علمية بقلم الاستاذ مصطفى محرم عن طريقة
الايحاء والتنويم المغناطيسى ، وكيفيةتهما ، ومدى أثرهما فى نجاح الحواة
والمشتغلين بالسحر والشعوذة
احجز نسختك من الآن

الاشتراك قبل الطبع قرشان فقط ترسل باسم دار التعاون الصحفي
رقم ٢٩ شارع مجلس النواب بالقاهرة
تقبل القيمة طوابع بريد (قسيمة مجاوبة فى الخارج)



الكتاب السابق

صدر في الشهر الماضي

وحي الزنزانة

بقلم الاستاذ

فتحى الرملى

منذ أعوام قبض على مؤلف
هذا الكتاب بتهمة الاشتراك في
أحدى مؤامرات الاغتيال السياسي
وصدر الامر باعتقاله على ذمة التحقيق

وهكذا قدر له ان يزور السجن في رحلة طويلة ، رأى بعدها ان يخرج
كتابا يضمه مشاهداته ، فهو يحدثك عن السجون وتقاليدها ، والزنازين
وليا ليها ، ويعرض عليك ألوانا مختلفة ، وصورا متباينة عن حياة المجرمين
في مقابر الاحياء ، وبعد ان ينتهى من الطواف بك فى أبهاء هذا السجن
المظلم ، يتذكر انه قد أصبح حرا طليقا فيحدثك عن رئيس العنبر
الباشجاويش عبدالرحمن .. أخلاقه ونواذره الطريفة ، ثم يعود من جديد
ليعطيك صورة صريحة عن أساليب رجال القلم السياسى ، وتحقيقات رجال
النيابة ، وما كان يدور فى رأسه من خواطر أو هواجس

الكمية الباقية محدودة . فبادر بطلب نسختك من دار التعاون الصحفى

٢٩ شارع مجلس النواب بالقاهرة - نظير عشرة مليمات فقط

فريباً · فريباً · فريباً

الكاشف

مجلة اسبوعية سياسية

تظهر في ثوب قشيب

موضوعات طريفة

أبواب جديدة

شكل مبتكر

اخراج بديع

طبع أنيق

ورق جميل

غلاف بالالوان

أدق الانباء السياسية . أسرار الاسبوع . مسرح كسبي .
راديو . بلاج . صالونات الادب . أحاديث المجالس
والاذنية . صور . كاريكاتير

يصدرها صاحبها الاستاذ

احمد احمد سلم البشري

بالاشتراك مع

دار التعاون الصحفي